

# 令和2年度 保健体育科 授業改善推進プラン

大田区立安方中学校

## 1. 昨年度の「改善プラン」の検証

### (1) 【成果】

体育委員の生徒を中心に教員の指示がなくても生徒たちだけで主運動に入る前の準備運動・補強運動・ランニングを行えるようになった。

また、毎回の授業で腹筋運動を取り入れたことでスポーツテストでは上体起こしで全国平均を上回る学年があった。

### (2) 【課題】

準備運動からランニングまでの運動や教員の指示で行う運動では積極的に動くことができる生徒が多いが、自由練習の時間では積極的に取り組む生徒と消極的になる生徒とで取り組み方に差が出たことが課題である。

## 2. 授業改善のポイント

### 1 学年

- ・ 2、3年生と同様に体育委員の生徒を中心にして、主運動に入る前の準備運動・補強運動・ランニングを自分たちで行えるように指導する。定着するまでは教員が指示を出し授業規律を徹底させる。【関心・意欲・態度】
- ・ 今年度は、新型コロナウイルスの関係で、生徒の体力を戻し、なおかつ向上させるために、生徒間の間隔を開けて、毎回の授業で補強運動とランニングを行う。また、主運動につながる補強運動を取り入れて主運動の効率的な習得につなげる。【技能】
- ・ 授業の中でルールや技能のポイントを確認し、知識の定着をはかる。【知識・理解】
- ・ 授業の最後に学習カード等を利用して、自分の動きやプレーを振り返る時間を設ける。【思考・判断・表現】

### 2 学年

- ・ ICT 機器を利用する等して生徒たちのモチベーションを上げるような工夫をし、自由練習の時間も主体的に取り組めるような環境をつくる。【関心・意欲・態度】
- ・ 今年度は、新型コロナウイルスの関係で、生徒の体力を戻し、なおかつ向上させるために、生徒間の間隔を開けて、毎回の授業で補強運動とランニングを行う。また、主運動につながる補強運動を取り入れて主運動の効率的な習得につなげる。【技能】
- ・ 授業の中でルールや技能のポイントを確認し、知識の定着をはかる。【知識・理解】
- ・ 授業の最後に学習カード等を利用して、自分の動きやプレーを振り返る時間を設ける。小グループで教え合う場面を設定し、アドバイスができるようにさせる。【思考・判断・表現】

### 3 学年

- ・ ICT 機器を利用する等して生徒たちのモチベーションを上げるような工夫をし、自由練習の時間も主体的に取り組めるような環境をつくる。【関心・意欲・態度】
- ・ 今年度は、新型コロナウイルスの関係で、生徒の体力を戻し、なおかつ向上させるために、生徒間の間隔を開けて、毎回の授業で補強運動とランニングを行う。また、主運動につながる補強運動を取り入れて主運動の効率的な習得につなげる。【技能】
- ・ 授業の中でルールや技能のポイントを確認し、知識の定着をはかる。【知識・理解】
- ・ 授業の最後に学習カード等を利用して、自分の動きやプレーを振り返る時間を設ける。また、自分で考えて美しく演技をさせるような実技テストを行う。【思考・判断・表現】